



## LA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE



### PARCOURS DE FORMATION : LA RELATION AU CŒUR DU MÉTIER D'ACCOMPAGNANT

## LES ÉMOTIONS DANS LA RELATION PROFESSIONNELLE

Les 11 et 12 janvier 2021



Formation professionnelle continue  
Référence interne : CJ-021 • Mis à jour : 01/09/2020

### LIEU

Au sein de votre entreprise  
ou dans une salle à Nantes ou autour de Nantes

### DURÉE

**2 jours**  
**14h**

### OBJECTIFS

A partir des éléments identifiés et de l'analyse qui en découle, la personne, à l'issue de la formation, sera capable d'évaluer et d'analyser le fonctionnement des émotions pour elle-même et pour l'autre afin de créer une relation professionnelle efficace.

Le programme de formation sera personnalisé selon votre parcours, vos objectifs et vos besoins, notamment pour les personnes en situation de handicap.

### PROGRAMME : « LES ÉMOTIONS DANS LA RELATION PROFESSIONNELLE »

#### JOUR 1

##### → Comprendre le fonctionnement des émotions

Définition d'une émotion

A partir des travaux de Paul Ekman, explication des émotions primaires, secondaires et sociales

Comprendre la fonction et le rôle des émotions

Savoir accueillir une émotion

Identifier et expérimenter les différentes manières de répondre aux besoins d'une émotion

#### Renseignements et devis :

06 63 13 49 21 / [clemence.j.psy@gmail.com](mailto:clemence.j.psy@gmail.com)

[www.clemence-jouin.fr](http://www.clemence-jouin.fr)

→ **Identifier les problématiques liées aux émotions**

Par l'Approche Narrative, comprendre que « l'éducation » des émotions peut être une des sources de dysfonctionnement possible.

Repérer les émotions taboues, les émotions raquettes, relatées en Analyse Transactionnelle.

Savoir identifier les émotions non-intégrées appartenant au passé, qui resurgissent dans le présent.

→ **Diagnostiquer son propre quotient émotionnel**

Définition du quotient émotionnel

Exposition des compétences émotionnelles

A l'aide d'un questionnaire de 36 items et d'outils d'analyse précis du résultat, repérer la place de notre intelligence émotionnelle dans notre quotidien, puis identifier les domaines à développer et à renforcer.

## **JOUR 2**

→ **Produire une relation avec l'autre dans son environnement professionnel, qui favorise l'accueil des émotions**

Différence entre empathie et sympathie.

Exposé et mise en pratique des 6 attitudes de Porter.

Expérimenter l'écoute active et la synchronisation.

Repérer ses propres valeurs dites « relationnelles » dans son environnement professionnel et leur hiérarchie pour s'en servir dans la relation professionnelle.

Construire et identifier son propre cadre relationnel dans son environnement professionnel.

→ **Analyser les dysfonctionnements relationnels dans le cadre professionnel**

Installer une « juste distance » relationnelle, en accord avec son cadre, dans son environnement professionnel.

Accéder aux fonctionnements des « jeux relationnels » du triangle de Karman, et le triangle « masqué ».

Savoir se repositionner pour sortir du dysfonctionnement relationnel (Où ça se situe – et comment je le communique à l'autre)

→ **Intégrer les outils utiles pour résoudre des difficultés relationnelles**

Installer durablement une écoute corporelle

La communication non-violente ou DESC

Les positions de perception

## **OPTIONNEL : 1h supplémentaire**

→ **Analyser sa pratique avec un cas concret**

Décrypter et analyser une expérience problématique, un cas concret

Construire un ou plusieurs axes de travail visant à solutionner les difficultés identifiées

## **DÉROULEMENT**

Cette formation se déroule selon les conditions suivantes :

- Horaires fixes – 9h-12h30 / 13h30-17h
- Entièrement en présentiel

L'option d'1 heure supplémentaire est à planifier à une date ultérieure à la formation de 2 jours.

**Renseignements et devis :**

**06 63 13 49 21 / [clemence.j.psy@gmail.com](mailto:clemence.j.psy@gmail.com)**

**[www.clemence-jouin.fr](http://www.clemence-jouin.fr)**

## INTERVENANT

Clémence Jouin, formatrice, animera ces journées de formation.  
Elle anime des formations depuis près de 5 ans auprès de différents publics et structures.  
Elle est entre autres spécialisée en Communication interpersonnelle.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

La démarche pédagogique mise en œuvre repose sur des situations d'apprentissage variées :

- Expression collective
- Apports théoriques
- Atelier de réflexion en sous-groupe puis débriefing en grand groupe.
- Exercices pédagogiques.
- Cas pratiques : jeux de rôle, pratiques en trinôme, (un écoutant, un écouté, un observateur, chacun explorant les trois postures).
- Recueil des situations les plus fréquentes, apports de conduites à tenir, cas pratiques en sous-groupe.
- Analyse de pratiques.
- Questions-réponses.
- Support de cours.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Des exercices seront réalisés régulièrement durant la formation pour vérifier la bonne compréhension et l'acquisition des connaissances.

Une évaluation de fin de formation sera réalisée afin d'attester l'acquisition des compétences.

**A l'issue de la formation, une attestation de formation sera remise à chaque participant en fonction des résultats.**

### PRÉREQUIS

- Toute personne en activité, au sein de laquelle elle est en relation professionnelle avec une équipe, une clientèle, une patientèle, etc.

### MODALITÉS D'ACCÈS

Dates d'entrée en formation fixes

Le délai estimé entre la demande du bénéficiaire et le début de la formation est de 1 mois

### TARIFS

**840 € pour 2 jours soit 14 h**

**+ option : 60€ pour 1h**

### FINANCEMENTS

- Fonds d'Assurance de Formation
- Plan de développement des compétences (financement entreprise)
- Financement personnel



**Renseignements et devis :**

**06 63 13 49 21 / clemence.j.psy@gmail.com**

**www.clemence-jouin.fr**